

Утверждаю

заведующий

МБДОУ г.Керчи РК "Детский сад комбинированного вида №55 "Хрусталик"

_____/Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

24 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	5,31	5,03	19,48	144,70	0,70
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/10	5,45	7,42	20,11	169,63	0,07
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,93	2,43	12,64	84,79	0,54
Итого			435	16,14	17,10	52,37	429,42	1,31
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,35	1,99	1,06	24,27	0,95
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	180	4,68	7,96	16,23	155,28	5,93
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80	14,20	16,21	7,00	230,36	0,90
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125	3,05	4,08	11,70	97,38	25,75
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			655	25,58	30,84	63,53	637,25	33,53
Полдник								
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130	13,63	15,97	16,69	264,79	7,54
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,09	0,00	9,90	40,41	0,49
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,22	2,82	21,93	122,10	0,00
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			510	20,05	19,52	85,25	599,55	20,03
Всего				62,27	67,56	211,25	1 709,22	56,87